Tác Dụng Của Cây Chè Dây: Lợi Ích Sức Khỏe Và Cách Dùng Đúng

Chè dây là một loại thảo dược được áp dụng nhiều trong các bài thuốc y học cổ truyền bởi những công dụng tốt mà nó mang đến cho sức khỏe. Trong bài viết này, hãy cùng Vivita tìm hiểu **tác dụng của cây chè dây** và cách dùng đúng nhé!

1 Giới thiệu về cây chè dây

Cây chè dây hay còn có tên khác là trà dây, bạch liễm,.. thuộc họ Nho. Loại cây là có thân leo khá cứng cáp, hay bám vào các cây bụi hoặc cây gỗ.

Cây chè dây hay còn có tên khác là trà dây, bạch liễm,.. thuộc họ Nho

Mô tả về cây chè dây:

- Cây chè dây có thân và cành hình trụ, cứng cáp và có thể leo cao tới vài mét.
- Lá cây có hình xoan, mép có răng cưa.
- Hoa của cây chè dây có màu trắng, mọc thành chùm.
- Quả của cây chè dây có kích thước nhỏ, khi chín thì có màu đỏ hoặc đen.

Cây chè dây thường xuất hiện ở nhiều nước châu Á, trong đó không thể không kể đến Việt Nam. Chúng thường mọc ở các vùng núi, rừng và thường được dùng để làm thuốc hỗ trợ trị bệnh dạ dày, bệnh về gan, bệnh về đường hô hấp, bệnh ngoài da,….

2 Tác dụng của cây chè dây đối với sức khỏe

Cây chè dây từ lâu đã là một bài thuốc y học cổ truyền quen thuộc và ngày càng được ứng dụng nhiều trong y học.

Theo y học cổ truyền:

- Thanh nhiệt, giải độc: Hỗ trợ cơ thể đào thải các độc tố, đặc biệt trong các trường hợp bị mụn nhọt, mẩn ngứa,…
- Giảm đau, chống viêm: Hỗ trợ làm giảm các cơn đau do viêm nhiễm, đặc biệt là đau xương khớp, viêm loét.
- Hỗ trợ hoạt huyết, tiêu thực.
- Hỗ trợ bổ trung ích khí và tăng cường sức đề kháng cho cơ thể.

Theo y học hiện đại:

- Hỗ trợ kháng khuẩn, chống viêm, ức chế khả năng phát triển của nhiều loại vi khuẩn gây bệnh.

- Hỗ trợ bảo vệ dạ dày, làm lành các vết loét, giảm acid dạ dày, giảm các triệu chứng ợ chua, ợ hơi.
- Hỗ trợ chống oxy hóa, bảo vệ tế bào khỏi tổn thương do các gốc tự do gây ra.
- Hỗ trợ bảo vệ gan khỏi tổn thương.

3Ai nên sử dụng chè dây?

Dưới đây là những đối tượng thích hợp để sử dụng chè dây:

- Người đang gặp các vấn đề về dạ dày.
- Người đang gặp vấn đề về gan.
- Người đang gặp vấn đề về da.
- Người bị đau nhức xương khớp, cảm cúm.
- Người thường xuyên bị cảm cúm, cần giải độc cơ thể, tăng cường sức đề kháng.

4Những ai không nên uống trà dây?

Dưới đây là những đối tượng không nên sử dụng trà dây:

- Phụ nữ có thai và đang cho con bú.
- Người có cơ địa dị ứng với chè dây.
- Người đang sử dụng các loại thuốc điều trị khác.

5Bài thuốc dân gian từ chè dây

5.1 Bài thuốc trị viêm loét dạ dày

Nguyên liệu:

- 30 – 50g chè dây khô.
- 1 lit nước sạch.

Cách làm:

- Rửa sạch chè dây, cho vào nồi, đổ nước và đun kỹ.
- Đun nhỏ lửa, đến khi lượng nước còn ½ so với ban đầu.
- Chia làm nhiều lần uống trong ngày.

Bài thuốc trị bệnh dạ dày từ cây chè dây

5.2 Bài thuốc trị khó tiêu

Nguyên liệu:

- 20g chè dây khô.
- 10g gừng tươi.
- 1 lít nước sạch.

Cách làm:

- Rửa sạch gừng, thái lát.
- Cho gừng tươi, chè dây vào nồi, đổ nước và sắc kỹ.
- Đun nhỏ lửa đến khi chỉ còn khoảng ½ so với lượng nước ban đầu.
- Chia làm nhiều lần uống.

5.3 Bài thuốc trị bệnh cảm mạo

Nguyên liệu:

- 30g chè dây khô.
- 10g lá tía tô.
- 10g gừng tươi.
- 1 lít nước sạch.

Cách làm:

- Rửa sạch tía tô, thái nhỏ.
- Cho tất cả các nguyên liệu vào nồi, đổ nước và sắc kỹ.
- Đun nhỏ lửa, đến khi chỉ còn ½ so với mức nước ban đầu.
- Chia thành nhiều lần uống trong ngày.

Bài thuốc trị bệnh cảm mạo từ cây chè dây

5.4 Bài thuốc trị chứng tê thấp, đau nhức xương khớp

Nguyên liệu:

- Lá chè tươi

Cách làm:

- Giã nát lá chè tươi, hơ nóng rồi đắp vào chỗ đau.
- Làm nhiều lần trong ngày.
- Lưu ý không đắp khi lá chè tươi quá nóng, có thể gây bị bỏng.

5.5 Bài thuốc Phòng bệnh sốt rét

Nguyên liệu:

- Chè dây
- Lá hồng bì
- Rễ cỏ xước, lá tía tô hoặc rễ xoan rừng.

Cách làm:

- Sắc các nguyên liệu trên cùng với nước. Để nguội và uống.
- Nên uống đều đặn.

Bài thuốc trị bệnh sốt rét

Tác dụng của cây chè dây đối với sức khỏe đã được chứng minh trong nhiều nghiên cứu. Người bệnh hãy sử dụng với liều lượng phù hợp để tránh gây ra tác dụng phụ không mong muốn. Đừng quên theo dõi **Vivita** để biết thêm nhiều bài viết hữu ích khác trong tương lai

Nguồn: https://vivita.vn/bai-viet/tac-dung-cua-cay-che-day.html